

## ДИНАМИКА ПЕРФЕКЦИОНИЗМА СТУДЕНТОВ В ПЕРИОД ОБУЧЕНИЯ В ВУЗЕ

**Т.Л. ВАЛУЙСКАЯ**

*Минск, УО «БГПУ им. М. Танка»*

*(e-mail: [valuiskaya@gmail.com](mailto:valuiskaya@gmail.com))*

В последнее десятилетие на постсоветском пространстве внимание исследователей и практикующих психологов привлекает такой феномен, как перфекционизм. Понятие «перфекционист» существует с 1657 года и обозначает того, кто верит, что моральное совершенство может быть обретоно в земной жизни. В философском энциклопедическом словаре под редакцией А.А. Ивина, перфекционизм определяется как «убеждение в том, что совершенствование, как собственное, так и др. людей, является той целью, к которой должен стремиться человек. Предполагается, что искомое совершенство включает прежде всего добродетели, а также развитие присущих человеку талантов и дарований. Представители перфекционизма иногда считают, что совершенствование человека является не только его нравственной задачей, но и смыслом человеческой истории. К сторонникам перфекционизма можно отнести Г.В. Лейбница, А.Э.К. Шефтсбери, М.А. Кондорсе, Х. Вольфа, И. Канта и др. [1]. Как отмечают В.А. Ясная и С.Н. Ениколопов, в психологии существует множество определений понятия «перфекционизм», причем ни одно из них не является общепринятым. В самом широком смысле перфекционизм – это стремление к безупречности, к совершенству [2]. Фактически все концепции перфекционизма признают, что центральным его компонентом является установление чрезмерно завышенных личных стандартов выполнения деятельности [2, с.158]. В обобщающей работе по проблемам перфекционизма Мартин Энтони и Ричард Свинсон рассматривают перфекционизм как сформированное стремление максимально соответствовать социально поощряемым стандартам [3]. К настоящему времени за рубежом проведено уже множество исследований перфекционизма, направленных на концептуализацию данного понятия, разработку методик выявления и изучения данного феномена, определение связей перфекционизма с личностными чертами и т.п. Исследователи перфекционизма сосредоточились на его негативных аспектах. Эта тенденция сохранилась и в современных работах по клинической психологии и консультированию. Как отмечает Н.Г. Гаранян, «исследования перфекционизма в популяционных и клинических выборках показывают его тесную связь с наиболее значимыми в эпидемиологическом отношении расстройствами (депрессиями, тревожными расстройствами, нарушениями пищевого поведения, сердечно-сосудистыми заболеваниями, состояниями хронического переутомления и профессионального выгорания)» [4, с.74], а также снижением продуктивности в деятельности [5, с.75]. Н.Г. Гаранян, А.Б. Холмогорова и И.Д. Хломов доказывают, что

перфекционизм является фактором студенческой дезадаптации [6]. М.В. Москова выявила, что накануне первой сессии у студентов с высоким уровнем перфекционизма отмечаются более высокие показатели тревоги и суицидальной готовности, чем у студентов с низким уровнем перфекционизма [7].

Уже в конце 70-х годов Д. Хамачек отметил, что перфекционизм может быть представлен двумя основными типами: нормальным и невротическим. Дальнейшие исследования подтвердили существование функционального и дисфункционального (адаптивного и дезадаптивного) перфекционизма (К. Аткинс, М. Вей, В. Паркер, Дж. Спенс, Д. Хамачек, Р. Хелмрейч). « В итоге исследователи пришли к выводу о существовании адаптивного и дезадаптивного эффектов перфекционизма. В зависимости от многих факторов может «включаться» та или иная сторона перфекционизма. Адаптивный перфекционизм предусматривает наличие высоких, но достижимых личностных стандартов, стремление к порядку и организованности, переживания удовлетворенности собой, стремление отличаться в лучшую сторону, мотивацию достижения» [цит. по 8, с.119]. По результатам некоторых эмпирических исследований на постсоветском пространстве можно утверждать, что функциональный, адаптивный перфекционизм связан со структурой и содержанием идеалов личности (И.И. Грачева), важностью целей, самодостаточностью и организованностью личности (Л.А. Данилевич), уровнем интеллекта и творческих способностей (Т.Л. Валуйская), готовностью студентов к саморазвитию и профессиональным достижениям (И.А. Гуляс).

В настоящее время перфекционизм рассматривается как многомерный личностный конструкт в соответствии с идеей, что каждая личностная черта включает множество отдельных компонентов. В канадской концепции перфекционизма, разработанной П. Хьюиттом и Г. Флиттом, за основу взята объектная направленность этой личностной черты и выделены ее следующие компоненты: 1. Перфекционизм, ориентированный на себя (субъектно ориентированный), включающий чрезмерно высокие личностные стандарты, постоянное самооценивание, цензурирование поведения; 2. Перфекционизм, ориентированный на других (объектно ориентированный), который заключается в нереалистичных стандартах для значимых людей, ожидании людского совершенства и постоянном оценивании других; 3. Перфекционизм, адресованный миру, представляющий собой нереалистичные ожидания относительно мирового устройства и решения проблем; и, наконец, 4. Социально предписываемый перфекционизм (социально ориентированный), определяющий интерпретацию ожиданий других людей как нереалистичных, продиктованных склонностью к строгому оцениванию и оказанию давления на индивида с целью заставить его быть совершенным [4]. На основании данного подхода была разработана методика «Многомерная шкала перфекционизма» - MPS-H. Переведенная на рус-

ский язык и адаптированная на русскоязычной выборке И.И. Грачевой, «Многомерная шкала перфекционизма» измеряет три его компонента: перфекционизм, ориентированный на себя (ПОС), перфекционизм, ориентированный на других (ПОД) и социально-предписанный перфекционизм (СПП) [9].

Перфекционизм считается довольно устойчивой личностной чертой, которая формируется у человека в значительной мере семейной микросредой. В данном же исследовании представлена динамика перфекционизма у студентов в образовательной среде высшего учебного заведения. Таким образом, подвергается сомнению стабильность перфекционизма в студенческом возрасте.

В исследовании приняли участие студенты дневной формы получения образования Белорусского государственного педагогического университета им. М. Танка в количестве 673 человек и студенты Минского государственного лингвистического университета в количестве 183 человек в период с 2008 по 2010 год. Полученные данные приведены в таблице 1.

Таблица 1. – Динамика перфекционизма студентов дневной формы получения образования (на примере средних значений)

Год обучения	Вид перфекционизма			
	ПОС	ПОД	СПП	ОБЩ. УР.
<b>1 курс</b>	77,3	59,75	65,29	199,1
<b>2 курс</b>	75,66	61,5	59,57	196,74
<b>3 курс</b>	69,09	57,8	57,6	183
<b>5 курс</b>	68,776	57,75	57	180,398

Полученные данные свидетельствуют о том, что в процессе обучения в вузе общий уровень перфекционизма в целом по выборке снижается незначительно. Отрицательная динамика от первого к пятому курсу наблюдается по критериям перфекционизма по отношению к себе и социально предписанного перфекционизма. Изменения в уровне перфекционизма по отношению к себе статистически значимы. Таким образом, в процессе обучения повышенные требования студентов к себе, чрезмерно высокие личностные стандарты постепенно становятся более адекватными и оптимальными. Хотя и в небольшой степени, но изменяется и интерпретация ожиданий других людей от полюса чрезмерности требований к полюсу реалистичности. Если обратить внимание на соотношение компонентов стремления к совершенству, то можно отметить, что для выборки первого курса он выглядит как «типичный профиль перфекциониста»: высокие значения субъектно-ориентированного перфекционизма, большой разрыв между требовательностью к себе и к другим (нетребовательность к другим). Кроме того, специфической особенностью перфекционизма студентов-первокурсников является восприятие требований, которые предъявляет к ним окружение, как чрезмерных (что можно интерпретировать как трудности адаптации). Начиная со второго года обучения в вузе этот про-

филь перфекционизма в целом по выборке как бы «сглаживается», хотя ведущая роль перфекционизма по отношению к себе сохраняется, а «удельный вес» социально предписанного перфекционизма снижается. Результаты лонгитюдного исследования на выборке 80 человек от 2 к 5 курсу подтверждают данные об отрицательной динамике субъектно ориентированного перфекционизма студентов в период обучения в вузе. Полученные данные свидетельствуют о нестабильности субъектно-ориентированного перфекционизма, его зависимости от социальной ситуации развития, в которой оказывается индивид в разные периоды своей жизни. Снижение первоначально высокого уровня перфекционизма у студентов младших курсов до оптимальных значений может интерпретироваться как свидетельство их успешной адаптации к нормам и требованиям учебно-профессиональной деятельности. Наиболее стабильными остаются на протяжении всего периода обучения в университете показатели перфекционизма по отношению к другим людям. Следует отметить, что индивидуальные траектории развития перфекционизма студентов в период обучения в вузе могут не совпадать с общей тенденцией.

Список использованных источников:

1. Философия: Энциклопедический словарь / Под ред. А.А. Ивина. – М.: Гардарики, 2004. – 1072 с.
2. Ясная, В.А. Перфекционизм: история изучения и современное состояние проблемы / В.А.Ясная, С.Н. Ениколопов // Вопросы психологии. – 2007. – №4. – С.157-168.
3. Antony, M.M. When Perfect Isn't Good Enough: Strategies for coping with Perfectionism / M.M. Antony, R P. Swinson. – Philadelphia: New Harbinger Publication, 1998. –252p.
4. Гараян, Н.Г. Психологические модели перфекционизма/Н.Г. Гараян // Вопросы психологии. – 2009. –№5. –С.74-83.
5. Гараян, Н.Г. Связь перфекционизма и типологических характеристик личности / Н.Г. Гараян, Т.Ю. Юдеева // Психология в вузе. – 2009. – №4. –С.74-83.
6. Гараян, Н.Г. Перфекционизм как фактор студенческой дезадаптации/Н.Г. Гараян, Д.А. Андрусенко, И.Д. Хломов // Психологическая наука и образование. –2009. –№1. –С.62-73.
7. Москова, М.В. Личностные факторы эмоциональной дезадаптации студентов: автореф. дис....канд. психол. наук: 19.00.13 / М.В. Москова. – М., 2008. –23с.
8. Иванченко, Г.В. Идея совершенства в психологии и культуре / Г.В. Иванченко. – М.: Смысл, 2007. – 255с.
9. Грачева, И.И. Уровень перфекционизма и содержание идеалов личности: автореф. дис....канд. психол. наук: 19.00.01/ И.И. Грачева– М.,2006. –24с.